

100

الزيتون السحري

بإشراف : ام هيثم نواف اسكندراني
ديلم مدارس الزقية بالزقزق

عزيتي دية البيت
ابني الي يني قلب من الاشادات - الكفل - كبير
منزلي - طبع - وسام على الدرع عليه وسعدني ان يكون
سك في تدير شؤون بيتك بواسطة خيرة - للسلطان
مكتب عمان

تغذية الطفل

من ٧-٣ سنوات

سيدتي دية البيت :

من خلال زيارتي لبيت ابي الصديقات ، وجدت بعضهن يعطون أطفالهن ما هو وجب من المأكولات بصفة ان جميع الامهات التي يعطيهن الاطباء طيبة وتطعمهن الصحة ، ويجب ان يتناول الطفل ثلاث اكلات لا تختلف كثيرا عن الاكل المعتاد للبالغ ، انما يراعى في اختيار هذه الاكلات ان يكون من العمر ما بين ٧-٣ سنوات المواد التالية :

- ١- المواد الزلالية : وهي سمن احم ضروريات الحياة ، وبنوعها لا ينمو الطفل ويهزل وتضعف قواه الحيوية ، والاطفال يحتاجون لسيا الى كمية من المواد الزلالية اكبر من الكمية اللازمة للبالغ ، والبنوع الزلالية توجد بكمية كافية في الحليب واللحوم والحبوب والخبز والكمثرى والفاكهة والحبوب والاسماك ، ومعظم النباتات تحتوي على مواد زلالية ، وخاصة الفول والعدس والفاصوليا ، لا ان هذه لا يمكن الاعتماد عليها كمصدر كافي للمواد الزلالية للطفل .
- ٢- المواد البنيوية : وهي مصدر كبير لتغذية الجسم وتحتوي على فيتامينات عامة ، وما يزيد منها على حاجة الطفل يكون الطبق الدقيق المعروفة التي تسبب السمنة - وهي وان كانت ضرورية الا ان الاكثار منها يسبب في كثير من الاحيان اضطراب الجهاز الهضمي .
- ٣- المواد النشوية : وهي تعطى الجسم الحرارة والقوة على الحركة وهي نوعان :

- ١- المواد السكرية : وهي الموجودة في الحليب والفاكهة .
- ٢- المواد النشوية : وهي الموجودة في الحبوب والخبز مثل الارز والقمح والذرة والبطاطا والفاصوليا ، ويستخدمها الخبز والحبوب والكمثرى . وهي تتحول في الجسم الى سكر ، والاكثر منها قد يؤدي الى السمنة الا انها لا تتغير بكمية في الاكثار ، والاضراب في الجهاز الهضمي ليس ما كان منها غير المهم مثل الجاني والكمثرى والبطاطا والخبز الخارج والاذر وخاصة اذا اخذت منها كمية كبيرة .

- ٤- الاملاح : وهي لازمة لحياتة الطفل ونموه .

وامه هذه الاملاح هي املاح الجير والصوديوم والكالسيوم والفسفور وكلها موجودة بكميات وافرة في الحليب والخبز والفاصوليا والكمثرى والفواكه .



امال الربيع يفيض من الخضرة والزهود والالوان الزاهية الاخضرة الغرية واعلمت في ديار الازهار دواعي الهيام والانداد الجديد من الابتكار التي حققتها الاستوديوهات الفنية في الدوام العالي الكبري في جعلها لنن ، وتري القادئة في الرسم زيا جازا . جديدا من ابتكارات تشين واحد تصاميمها للفن الربيعي وهو لوب جيل يلمز اثار ابراهيم تشين . وقد اذن صدر المصممة بالتمسار البهوزا اما التتوية فقد صنعت علم اساس الطول المادي المعروف الان في القصر الذي تصمم حدود الركنين وضعت سترته من نطمشير مفتوح عند العنق بشكل واسع وما حولت فنادي جدا .

لبنان اكتشف عصابة قامت بعدة سرقات في القدس

العصابة استغلت ا زحام المدينة بالسواح للقيام بنشاطها

اكتشف سلطات الامن اللبنانية عصابة تتكون من ثلاثة حنود كانوا يجوبون العالم للقيام باعمال السلب والسرقه . وقد زاوروا العديد من البلدان لهذه القايمة من بينها الاردن . واثبت التحقيق ان افراد العصابة يحملون اوراقا قديمة مختلفة كما تبين ان افراد العصابة قلموا بجرام احتيالية في سورية والاردن ولا سيما في مدينة القدس حيث كانوا يستغلون اكتظاظ المدينة بالسواح والحشاج ويخربون المتاجر التي يؤخذ اصحابها بالزحام ويقفون السيطرة على زمام الامر في متاجرهم . وقد اكتشف ام هذه العصابة بعد عملية سكو احتيالية قلموا بها على احد محلات الصرافة في طرابلس . وتواصل سلطات الامن اللبنانية بحثها عن المصوص لاقتحامهم .

وزير السياحة المصري أصيب بحادث تصادم

القاهرة - لجا الدكتور عزيز يس وزير السياحة من حادث تصادم تعرضت له سيارته صباح امس الاول على طريق الكورنيش في المعاص عندما صدمتها سيارة نقل واصيب الوزير بضروري سيطة اسفل الفلوع اليسرى وخشوش في ذراعه اليسرى ونقل الى مستشفى القصر الملكي .

افضل مكواة كهربائية

اعلان

تعلن شركة التعلقات السياحية الاردنية المساهمة المحدودة عن تمديد مدة الاكتساب باسم الشركة لغير اخر اعتبارا من ١٦-٤-٦٦ ولغاية ١٦-٥-١٩٦٦ ، بنفس الشروط الواردة في الاعلان المنشور بالصفحة الحادية بتاريخ ١٥-٣-٦٦ .

يجري الاكتتاب ودفع القسط المطلوب الذي يتحدد القاهرة عمان في القدس وعمان

٢٠٠ عملية اجهاض يوميا

تجري في بريطانيا بصورة غير قانونية

لندن - رويتر - دعي في مؤتمر خاص بتحديد النسل في لندن ان حوال مائتي عملية اجهاض غير قانوني تجري في بريطانيا كل يوم . وقال السير ليليب روس احد كبار اطبائ النساء ان ما يقدر بحوالي عشرة بلاطة من حالات الاجهاض يجري التنقل فيها بطريقة ما . وابلغ السير ليليب عددا من الاطباء والعاملين في القطاع الاجتماعي يعرضون المؤثر انه حتى لو عدل القانون الحالي في بريطانيا الذي يمنع الاجهاض الا في الحالات التي تكون فيها حياة الطفل معروفة للخطر فلا يمكن التاكيد من ازاله المعينات التي تجري في الشوارع الخلفية ستوقف وقال خير اخر هو السير رونالد بيرد ان معظم النساء المتزوجات وغير المتزوجات يعرضن بالزواج وكبس بالدلي بعد الاجهاض .

زوجة المعلمة الالمانية الحسنة وزنت مع تلميذها (الطفل) ليعزف ففها!

برلين الشريفة - رويتر - اذنت محكمة ألمانية شريفة بجن : معلمة حسنة في الثانية والعشرين لانا زنت مع تلميذها المفضل الذي يبلغ الثالثة عشرة لية زلفها .

وذكرت انباء هنا ان المعلمة التي عرف اسمها الاول فقط وهو « كيان » سمحت لتلميذها بان يزي معها في غرفة نوم في المدرسة بعد ساعات من زلفها .

وكانت المعلمة قد اتعلت عددا للعودة الى المدرسة فور زلفها وتاقت الليل مع تلميذها بير .

وقالت الالمانية ان يترعى ارمغن صفر سنة يبلغ طوله ١٧٢ سنتيمترا وهو عريض الكتف .

وابلغت المعلمة القضاء ، ذات الاسم الجليل الحسنة ان الصبي كان على الرغم من قوله اصعب غلاب الصف في المدرسة .

واضافت الالمانية تقول ان تفصيل المعلمة له جعله يتحول من الاجاب بنفسه الى الوفاة !

صادرات اسرائيل من البوتاس

مرح مردخاي ماكليف مدير مباديع البحر الميت في اسرائيل بان صادرات اسرائيل من البوتاس والبروم بلغت خلال العام المثلث الماضي حوال ١٥ مليون دولار .

القلب الذي زرعه دبغي

يعمل بانتظام وحالة المريض مرضية

هوستون - تكساس - رويتر - خلق قلب من البلاستيك بانتظام في جسد رجل في الخامسة والستين يتحدى الموت في مستشفى في هوستون .

وكان فريق من الجراحين يتزعمهم الدكتور مايكل دبغي قد زرع القلب الاصطناعي في عملية فريدة في نوعها اجريت في مستشفى الشبيخين في هوستون .

وصرح الدكتور دبغي اللبناني الاصل بعد العملية التي استغرقت

اضراب عمال ٣ صحف نيويورك

نيويورك - واجه سكان نيويورك اس خطرا الاضراب الرئيسي الثالث لصحف خلال اقل من اربع سنوات .

بعد ان انهارت محادثات حول خلاف على عقد العمل بين عمال الطباعة وثلاث صحف مندجة - وصرح المشر مات ماير رئيس الشركة الجديدة التي اشنت بعد اندماج الصحف الثلاث للصحفيين بان هذه الصحف كن تصمت يوم الاثنين القادم .

والصحف الثلاثة هي نيويورك هيرالد تريبيون الصباحية وصحيفة وورلد تلغراف اند من وچورنال امريك ان ساينس .

لبنى عاكف العزيز «سائقة تاكسي»

من وچورنال امريك ان ساينس



كالور

القاهرة - اختار المخرج حسن الامام الممثلة لبنى عبد العزيز لبطولة فيلم «سائقة تاكسي» . وكانت لبنى قد منلت شخصيتا الغامضة والشاحنة في فيلمين من اخراج حسن الامام عن قصتين لاصحاح عبدالقدوس اما قصة الفيلم الجديد فقد كتبها ابو السعود الابادي مؤلف مسرحيات اسحاق عيسى

تنبؤات فلكي سامري في نابلس لاحداث سنة ١٣٨٦ هـ

سنة مثيرة : كثيرة الثورات الطبيعية والسياسية والمجاعات !



نابلس - فيما يلي تنبؤات رئيس المجلس الفلكي السامري بنابلس الكائن عاقف ناجي السامري لسنة ١٣٨٦ الهجرية :

تكون سنة مثيرة جدا ومن احوال السنين التي مرت على البشرية لكثرة ثوراتها الطبيعية والسياسية والبيئية وبلاد العيشة .

بالنسبة الى دول امريكا اللاتينية يمتد على الزعيم فيدل كاسترو وامل التجارة منها ضعيف وتقع حوادث دامية على اثرها في كوبا كما تقع حوادث مماثلة في كل من هايتي والدومنيكان وتشيلي وبنما وفنزويلا وتكشف مؤامرة في الولايات المتحدة لاختلال شخصية كبيرة .

وبالصين الشعبية سيتولى رئيس وزرائها ويبدع شخص غيره عمن الحكم ايضا ويبرز الخلاف بينها وبين الاتحاد السوفياتي وتقع العلاقات الدبلوماسية بينهما وتضع روسيا عدد من الدول الشيوعية في خصامها مع الصين .

وتوقع هدنة في فيتنام وتوتر الحالة بين ألمانيا الغربية وفرنسا وتجنب الجمعية الوطنية الفرنسية الثقة عن الوزارة ويظهر خصم عيد لشارل ديغول ويغزو الحزب الشيوعي في إيطاليا .

هيا سلاسي «إله حي»

على الأقل بالنسبة لبعض سكان جامايكا

نكتفون - رويتر - يتابع آلاف من الناس الامبراطور هيا سلاسي عامل البوبيا اتي ذهب في جامايكا .

يعتبر الامبراطور هنا بطل الجنس الاسود ويصعد كثيرين . كاله حي . وكان افراد الجماعة التي تعبد الامبراطور قد اختاروا طوقا من رجال البوبيا لدى وصول الامبراطور الى هنا في زيارة تستغرق ثلاثة ايام .

يا جنود اميركا خذوا موساتكم معكم!

سايفون - رويتر - طلبت امرأة عسو ن جئس بلدية سايفون ان يجلب الجنود الاجانب اربطون في فينم وعدهم ٢٥٠ ألف جندي موسات معهم من بلادهم .

وقالت لفس تران كيم ثوا انهم في الطريقة الوحيدة لوقف القتلىات القتلىات من العمل في الماخر التي يرادها الجنود الاجانب في العاصمة وولفس مجلس البلدية الاقتراح على اعتبار انه غير عملي .

وتعمل الحكومة الفيتنامية الجنوبية الان على جمع الماخر في منطقة ترفه عند طرف العاصمة في محاولة الهنق منها ان يصيح في استعانة الحكومة الاشراف على حوال ثمانية الاف موسم ٣ جرائم قتل لممارسة الجنس

قبل ان يتزوج السادسة

اعتقل الشاب الايطالي وقدم للمحاكمة

مينا وهو على وشك الزواج من امرأة سادسة !

واتكر دولاني ان يكون قد استول على اموال زوجته وقال انه الرجل الوحيد في ايطاليا الذي يعمل شهادتي بيلا مسيحيين في مدينيتين مختلفتين وتضمنان قصصيات مختلفة .

وادي دولاني انه حر في الزواج في مينا بجة ان جميع زيجاته الباطية لاية وبالطه الفلور

وطلب المدي العام فيص لتهنم علفا !

حارسان بدل ٤

لرئيس ديغول

باريس - رويتر - اعلن مكتب رئيس الجمهورية الفرنسية ان الرئيس ديغول قرر تفقيش عدد حراسه الشخصيين وكان يرأسق الرئيس الفرنسي حتى الان حرسا ظهر وسط الجاهل اربعة رجال اشدا ، وهؤلاء الحراس على استعداد لاقاء انفسهم بين الرئيس واي قاتل محتل قبل ان يرتكب جريمة . وقد تدرب هؤلاء الحراس على اصابة مصاص يصف جيم الرجل بشر غاشون ٢٥ لاية واعلن جورج غاليشون سائق الرئيس ديغول انه من الان وسامعا سيكون للرئيس الفرنسي في حراسة اثنين فقط من الحراس الشخصيين .

فندق ميامي

رام الله

يطل على حديقة منزلة بلدية رام الله فندق منن الدرجة الاولى بعد التوسيعات الجديدة اصبح بإمكان اذرة الفتق اقامة حفلات الزمسة ويقع في حديقة المنسق الماكولات الشهية والثرويات الروحية والمنازل النادرة

فندق ميامي

رام الله

قبة انظار الصفاين العرب والعرسان في الاردن والنجار اعلانات شامية

يكون الجو حارا نسبيا وقد بلغت درجة الحرارة العظمى في عمان امس ٢٨ واليوم ٣٠ والقدس ونابلس ٢٩ والخليل ٢٩-٢٥ والنفق ٣٠-٢٧ واربعا ٣٣-٢٣ والعقبة ٣١-٢٢ واربدة ٢٦-٢٩

من سير الحياة

دعامة أساسية

بقلم : ابراهيم السمان

التخطيط السليم دعامة اساسية من دعائم الاستقرار والتخطيط في مختلف جوانب الحياة .. ولكن الملاحظ ان التخطيط اصبح - في عصرنا - امرا مقصورا على الدول والحكومات في تنظيمها للمجتمع : واما الفرد في مجتمعه الصغير ، وحياته الخاصة ، فيبدو انه اعلى نفسه من ذلك الالتزام فاسلمها لارتجال ، والقي يتعمعات سلوكه على « القدر » او «نسي» او تخطيط الفرد لحيته الصغير الذي عمو امرته ، جز لا يتجزأ من تخطيط الدولة ، بل هو مكمل لتخطيطها ..

فلا أسرة التي تعيش حياتها دون تخطيط : فلا ترسم بقدر طاقتها ، مستقبلها ، تعلم ، بتصرها الحثي يخطط مجتمعا الكبير للمستقبل الشهود « ابراهيم السمان »

منع لبنان فيلما اميركا

بعد ان اكتشف ان بطلته اسرائيلية

بيروت - الطيعة - منعت الحكومة اللبنانية عرض فيلم « عولنا فلت » بعد ان عرض طوال ١٦ يوما في دارين للسينما في بيروت . وقالت وزارة الاقتصاد الوطني في بيان لها ان الوزارة اصدرت قرارا



عمر الشريف بطل في السيارات !

قال النجم العربي عمر الشريف على التجه السينمائية الفرنسية كلودين اوجي بطة اخي الامم جيس بوند في سباق ايم اخيرا على شواطئ نهر السين في فرنسا بين الدواخي والسيارات واشترك فيه عدد من نجوم السينما

ومن المقرر ان يسافر عمر الشريف قريبا الى مدينة كان الفرنسية لتقديم فيلم الدكتور زيفانو الذي قام بطور البطولة فيه وذلك في المهرجان السنوي بعقد بها

وقد وصلت كلودين الى روما لتشارك في فيلم « سبيلان الحب » مع جيكي دوني وفيتوديو سامان

البعض اشترى منزلا واخرون تزوجوا .. وغيرهم يلقون العلم بالجامعات والاسواق يذكرون بالغنى

يا نصيب الهلال

يا نصيب الاردني

لانه منكم من تسديد ديونهم ، بجوازته الشهيرة الشجة فاشترى بطلانك عاك ترشح والسحب في الماخر من كل شهر